(1) *ALFĪYA RĀʾIQAT AL-NAFḤA FĪ ḤIFẒ AL-ṢAḤḤA*, by Raḍī al-Dīn Muḥammad b. Muḥammad AL-MAGHRIBĪ al-Shāfiʿī.

[A metrical treatise on hygiene; foll. 1–32*a*.]

No other copy appears to be recorded.

(2) *AL-TUḤFAT AL-ʿAZĪZA*, attr. to IBN SĪNĀ (d. 428/1037).

[illegible]

[A poem on mathematics; foll. 32*b*–47.]

Any other copy?

Foll. 47. 23 × 16 cm. Clear scholar's maghribī. Dated 15 Rabīʿ II 1282 (8 August 1865).

... حمد ... وصلى الله ... سيدنا محمد وآله وسلم

[illegible]

[illegible]

... اسم ... شفى

... وعاجبة ... صافية ... شبيه

ثم علم ... وابه ... تداخله

... ولطف ... منه معطر لصحة

اذ ثم استعمال ... دبع ... بنفيها

ثم جمعه ... كان فوق ... ج

وقد ... بعد ... جمعة وجيزة

ابيه رابعة المبـ ... ابقه الاعراض والعلل

كنها ... احتمال ... تمسه

... وكم حوت ... زيدا ... له

... تنسوا ... ودامت تنتج على ... وان

ليس ... بعض لصحة ... هذا ... حرف الذهبية

واستاله ... و ... و ... والغريبة

الباب ... الهواء

اسم ... ما ... الهواء

... حسد ... واجود ... ببطء بنسه

... الهضم و ... نج ... منه ... حتى ...

٩٢

... سوا ... اجيد المعتقد ... بردا وللصحة فيه يعمل

وهو ... منه ولا ... فيه يوجد

جوهره ... وسم من شوائب الغبار

ومن عفونة ... ومن بخار به ... شر

كالتراب الماء وموضع الغنى

و ... ينهك الـ ... روائح

... وجسما شهوة وبدنا ... وشهوة ولقد ... تمثلا

... ونعد الغذا والهضم ...

ونفع ... ومن ... استعدا

وما ... بحتفي منه ... بحسب قليل الشرب من بارد ما

... بيض ... و ... مع الزكام ... الجسد

يغشى ... و ... مهيج ... باستعمال

... وما ... ولا ... والحبا ... واصلا

وبالهواء ... يحمى القلب ... وعدت الحمى به والكرب

... الغريزي ... يبطل الهضم وشهوة الغذا

ويبرز الدم ويسرع العطش ... ويجلب البدن

... عطش ... ويضعف القوى وقد يوافق

لنزلة ... و ... قد تشنج ... غضب

... وهذا ريح السموم تبعث

... هواء ... بالحر ... المساكن

... الورد ... مع شم ... بارد

في ... لكل ... الهواء ...

[illegible] للتبرج والسهر جال * واحرس [illegible] وصف الحال
والرشف من فيها [illegible] * [illegible] من ملازم لبس واد
ورطب الهواء في البرد حسن * من جهة رطوبة الابدان
جسوه ونفا [illegible] * ونحيف [illegible] سمين
موصوب حرة لا برد * يعني [illegible] لا اخلاط
وهو [illegible] معتدلا * ذي مزاج جد [illegible] يشفي
والمسكن الشمسي اذا [illegible] * ومن الخل وماء ورد [illegible]
ويابس الهواء [illegible] الابدان * مشيب و[illegible] الالوان
نحيف جد [illegible] العقل * ويجتنب الجد وحمل [illegible]
ويجنب الخلوة [illegible] * ويجمع [illegible] الخصر
ضد الهواء الرطب [illegible] * لمسكن البارد [illegible] الحر [illegible]
ثم الهواء الكدر [illegible] * وبذا الخلط الغليظ [illegible]
وكدر الارواح و[illegible] * بطبعه واوحش النفوس
والهواء الذي حبس [illegible] * فيه من النجوم ما فقد [illegible]
وكل مكشوف من الهواء * انفع الازمنة السوداء
[illegible] فصل [illegible]
بادر الى الحزاء للوباء * اضرب [illegible] الهواء
[illegible] اصح و[illegible] * [illegible] ما [illegible] من عفن
كدخنة الكندر والقرنفل * والعود والعنبر ثم الصندل
والاس ثم توقد [illegible] * [illegible] لموضع [illegible]
واستعمل الشمال في المساكن * بالبارد [illegible] الاماكن

رش

رش بماء الورد والخل وصب * بما من الاغصان رق ونطب
كالاس والبان وكل زهر * وشم كل بارد [illegible]
كالورد والكافور والنينوفر * و[illegible] الياقوت [illegible] الاحمر
والزم الغسل بماء بارد * وشرب ثلج وغذا البوارد
كالقرع والخيار والقثا و[illegible] * تجنح الى المسخنات [illegible]
كالحلو والالحم سوى الفروج * والحمل والجدي [illegible]
والترك اولى ثم [illegible] * [illegible] ثم كل قابض
ونحو تفاح ورمان [illegible] * [illegible] اترج و[illegible]
وخل [illegible] وورد و[illegible] * كل [illegible] شعير [illegible]
والزم به [illegible] السكون * [illegible] وبارد [illegible]
[illegible] واخر [illegible] * كذا [illegible] فاعمل
واحذر من [illegible] و[illegible] * و[illegible] شمس وهوا
و[illegible] والغسل بسما * [illegible] وكل ما يحرك [illegible]
واخرج [illegible] اذ [illegible] * [illegible] بدن وذي امتلا
وابتع به [illegible] * [illegible] من فضلات [illegible]
و[illegible] * تستفرغ [illegible] بلا [illegible]
واحسن العلاج [illegible] * [illegible] الهواء
ونافع [illegible] المزاج * محرور ولذوي الخراج
وصاحب الحصبة ثم [illegible] * وكل [illegible]
ومن غدا ضد الهوى [illegible] * وان [illegible]
[illegible] فصل [illegible]

وكل ريح لطفا له مطيب ... لبه في طبعه وبعد انتسب
اما الجنوب فمهبها على ... يمين من لمشرق فه قائلا
حار ورطب بعضها مضرة ... بانها ما تجد ابعد الكسرة
تهيج الحر وتكثر السهر ... وتضعف الهضم كما ترخي البدن
موهمة وتلد ما في تسمية ... [illegible] المرطوب منها ايضا
وهي تعمي عين [illegible] ... وكدر الاحساس ايضا الحدث
والحية منها اذا تهب بالاسوا ... المسكن الموصوف في رطب الهوا
[illegible] ... تعبوا بها الاخلاط والارياح
وتنفع الاحساس ايضا والبدن ... يقوى وينتفي بها عنه العفن
ومن فساد شهوة وهضم ... ويبرا الراس بها من سقم
ويمنع انصباب كل مرة ... ويكثر عوارض الراس عدة
تقابل الجنوب ايضا انتبع ... [illegible] وهي ضدها في الطبع
[illegible] شرقية تعتدل ... [illegible]
تصح الابدان ايضا والقوى ... وتشرك بعضها على هذا السوى
[illegible] صبا والمغرب ... [illegible] مضطرب
مع ميلها للبرد ثم اليبس ... لبعد وقرب [illegible]
[illegible] ... فالابن سينا واصلا نصيحه
[illegible] ... تهب بريح هذا الزمان
[illegible] ... [illegible]

[illegible] الصحة للانسان ... رياضة الانفس والابدان

وكلها

وكلها الصحة [illegible] للانسان ... بحسب الغرض ان تستعملا
وكلها الحركة التي على ... حسب القوى يجب ان تستعملا
قوية تكون بالقوى ... وسطة للوسط السوي
[illegible] وهي ... اذا [illegible] من بعض الغذا
تجري على الفاسون [illegible] ... عند حضور شهوة الطعام
[illegible] مشددة ... خالية [illegible] تكون المعدة
[illegible] ... [illegible] يشغلهم [illegible]
[illegible] ... [illegible] بالابدان او تهوى القوى
[illegible] ... تحرك [illegible]
وحدها اذ [illegible] ... يعرف ان [illegible]
وما يزيد [illegible] الاعياء ... واحتاج للعلاج والدواء
[illegible] رياضة تزيد المنفعة ... اذا غدت [illegible]
وهي مع [illegible] ... [illegible] من افراط
والمشي [illegible] وكذا [illegible] ... والجري والاصراع والمباطشة
[illegible] والعلاج [illegible] ... والخفق [illegible]
ولعب بصولجان وكسرة ... والرمي [illegible] المشتهر
والرمي بالسهم مع [illegible] ... والنفع ايضا بعد [illegible]
رياضة [illegible] ... ونفعها في كل عضو [illegible]
ثم [illegible] ... رياضة غاية الكمال
[illegible] ... [illegible]
على الرياضتين [illegible] تشترك ... النفس والاعضاء [illegible]
[illegible] للنفس [illegible] كل

من المنعر [illegible] بالنجرم [illegible] * [illegible] وعيده [illegible]
ولي على الحمام وجـ[illegible] * والى الانضاج [illegible] جـلاء
ثم عليها [illegible] هيئتها * [illegible] ما [illegible] وو[illegible]
[illegible] وبعدها [illegible] * [illegible] مسه [illegible]
و [illegible] تصـ[illegible] * كما [illegible] [illegible]
تعود نشره ايضا [illegible] * وتد [illegible] [illegible]
وتفسد الاوساخ [illegible] * وتعشر [illegible]
تصب [illegible] * وتحت [illegible]
[illegible] * [illegible] من [illegible]
[illegible] تشد من [illegible] * [illegible] ترك [illegible]
[illegible] * [illegible]
وان [illegible] بلا [illegible] * رياضة [illegible]
حافظة [illegible] * [illegible]
وتبعد [illegible] * [illegible] ثم [illegible]
ومن التمريخ للابدان * بخشن الايدي وبالادهان
وانفع منه [illegible] اعتدل * وبالقوي منه تشد [illegible]
ولين يرخي القوي ويفسده * ومفرط [illegible] ويجهده
ويهد الجسم [illegible] * وهو يجهده [illegible]
ثم من الرياضة التسريح * وهي لنافه وطعن تصلح
[illegible] * [illegible]
[illegible] * [illegible]

[illegible] الكمر [illegible] * [illegible]
من [illegible] * [illegible] الراس [illegible]
لتترجح [illegible] * وهو [illegible]
كما الحسي [illegible] * [illegible] عن قرب
ثم [illegible] * [illegible] الاخلاط [illegible]
[illegible] * [illegible] الاستنشاق [illegible]
وان يبقى فيه [illegible] * [illegible]
[illegible] * ونحو [illegible] عليه [illegible]
ونافع من البخار المحتبس * في الراس [illegible] ونقل [illegible]
وكل حامض [illegible] * ونافع [illegible]
ونافع للغثيان [illegible] * [illegible]
ثم [illegible] * [illegible] كثيرا [illegible]

فصل

وكل عضو وقوى وحس * له رياضة بغير لبس
بالرأس بالتحريك كاليدين * أيضا ونحو السعي للرجلين
وإنما فيها على الأمالي * [illegible] ومر في الرجل كالدوالي
وذو القوى هو الذي يحرك * رياضة ثم الضعيف [illegible]
والعين ترتاض برؤية الحسن * [illegible] تم [illegible]
كنظر [illegible] والـ[illegible] * والشيخ والتلميذ والرفيق
ورؤية السماء والزواهر * [illegible] والجواهر
والروض وانبر الغضى النضر * وكل بستان بديع خضر



ونظر الغدران والانهار وكل ما يروق الابصار
من كل نقش معجب مزخرف وهذه [illegible] بما يختلف
وكونه يجمعه [illegible] والميز ايضا وبحسن النظر
والسمع يرتاح بكل مغنى اطرب صوت حسن ومعنى
وكل مسموع له يقع [illegible] مما فيه [illegible] به الطباع
وكل مطرب من الاخبار كالعز والسرور والهزار
وكثرة الحروب والسمار تزيد في الاذواق [illegible]
وفي النجوم مركبه [illegible] وفي القوى فصب به [illegible]
وموقع معظم [illegible] له مع [illegible] انبساط
والشم يرتاح بما [illegible] من [illegible] وما به يبدا النشق
من كل طيب وعطر كمسك والكافور ثم عنبر
وصب الطيب على الاطلاق رائحة المحبوب [illegible]
والفم ذو بلاغة والحذق والصدر واللسان ثم العنق
يدخل اعضاء التنفس التي تجذب الهواء نحو الرئة
في صوت كالقراءة الشريفة ثم [illegible] منها الى [illegible]
يرتقي منها الى [illegible] ثم به يبرز لا [illegible]
وهو ذو نفع كثير مشتمل ويجعل الهمة على المعتدل
والقوى منه جد نشطا كذا اذا اطال فيه [illegible]
[illegible] يرتاح بكل [illegible] [illegible]
[illegible] في [illegible] كما سيأتي ذكره منظوما
[illegible] النفس القوى [illegible] وهو الذي [illegible]

بجنسها

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] الرؤية [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] وهذا [illegible]
وهذه خمسة [illegible] [illegible] باقوى [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] القوى على التصرف [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] والقبض [illegible]
والخوف [illegible] وهم وجدل [illegible] من [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] منهك [illegible] وهو [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]
وذا [illegible] من [illegible] [illegible]
والنسيه [illegible] والقبض قل [illegible] والحزن
والهم [illegible] مع الرجا [illegible]
وهو اذا زاد [illegible] [illegible] الاطباء [illegible]
والنسيه [illegible] والابصار [illegible] الارواح والاشباح

وتبدل مزاج سائر القوى   وبعضها غوى وكل ما انطوى
د بسم من حر غريزي فتنشر   به ريبها لذة كما ذا كسر
ويبعد الهرم ثم يحصب   سنا الاجسام ثم الغضب
يحسن لونا واحمرار نشر   ايضا وخوف دفعة من بره حر
وهو اذا جره للاشواق   مصفر كالخوف والاحزان
وينفع الفرح لذا وهن   وكل مبرود ومنهوك البدن
خذ فيه ينفع ويحدث   في الحرجين وان فرط يشتد
وينفع المغضب تبريدا   تسخينه عروق يزيل الاسمال
والخوف ونحو مضرا بعد   جدا والاكثار يميز اج بعد
كمغضب وذي شهوة   من شدة السرور والترح ونه
وايضا زادوا على الحد تنزل   الا معتاد وذي قوى حمل
يعشق ايضا عارض نفسانه   يدفع بالخوف وبالاحزان
وبالذي الغضب بضوء بحيه   فيه وكن طاريه بنفسه
وانما يحدث للبطال   وكل مترف خلي البال
من سرير البكر شمايل   ذات بتسليط خيال باطل
ويحتزي كل قبيل العقل   وارعى ذي حمق وجهل
والهم والعون في انفسه   قد تذهب الافراح بالكابه
كما عدت تعبث النكاية   وتذهب العفر عن الشكاية
وهي مع الزجر وكراهيته   والضرب ونحو تشتد او نبه

ثم الغذاء مدد الابدان   وحافظ صحة الانسان

بجلب

يخلف ما يحلل منها والشذى   ونموا يغمسه به اذا يغتذي
او مثله الملائم المعتاد   وهو الذي تابعه الاجساد
ولو رديا جيدا لعادته   الا اذا افرط في رداءته
فينبغي في واجب ان يخرجا   بتدريجه لا تدرجها
ثم اذا اد منه يستعمل   ما يدفع الردي والاسهل
وقبله الرياضة المناسبة   لحفظ صحة بتم واجبه
وهو لدى تسلم الانهضام   بعد خروج فضلة الطعام
وعند صدق شهوة الاكل ولا   ان تدفع لما ان تروم المأكلا
والامتلاء يجذر ثم ان وقع   من قبل ما يحذر والقيء نفع
وليتدارك بالدواء المسهل   مع الرياضات بلا تمهل
وزاد نفع المأكل اللذيذ   لا كثما الاكثار منه يوذي
والترك اولى مع بقايا شهوة   لانه يعطي مزيد قوة
كذا زمان الاكل لا يطول   ولا على الغذاء غذاء يدخل
وجمع الوان من الطعام   مجير للقوة في انهضام
الا اجتماع المصلحات ينفع   كما سيأتي وسواها يدفع
والاكل في فصل الشتاء اسلم   لحفظه الحر بعادي هضم
ومن بحفظ صحة قد اعتنى   فليصطفي غذاء ما امكنا
بالمستحيل للدم النقي   من كل اكل نافع مري
كلحم حولي ذكور الضان   او العجول والجدي السمان
والسمك الطري والدجاج   وكالفراريج وكالدراج
الحسن الطبخ مع الخبز المنقي   من اللباب والمرق الطري

ورطبا عتيقه والحلو الذي مزاجه موافق لمغتذي
وناضج من تين او من عنب لا الفاكهات ذات طبع رطب
او اقليل قبل اكل وخذو فقط بيبعه الاكل ايضا يوخذ
كم امنه انتفاخ والسفرجل وكثرما شهي الماكل
ويترك الغذا الدواء سوى من رام تعديل المزاج بالدوا
اذا انطبيعة منه يحرق الدما كالهند بار ايضا ويذيب اللحما
كذا القليل ان اديم ما اكل كان اذا مبلغا مكسلا
افنه في اليوم ثم الليله لغير يابس المزاج اكله
ومرتان كل يوم اكثره وبجسوم المخصبين ضرره
والاعدل الاسبعة يومين ثلاث مرات فمرتين
اجعل بيوم واحد فمره تكون في ثانيه باعتبار قدره
ثم يزيد فوق غذاء والكد واستنزل في دوق غذا بالخد
اجعل مع [illegible] لغدا
بتقديم [illegible] من المعده [illegible]
الدموي في غذا اكبده [illegible] وانفلع [illegible]
غذا [illegible] اومن [illegible]
وقدم الحلو [illegible] وبعد [illegible]
والحلو [illegible]
وخبع الرية ثم [illegible] اكثر [illegible] للعصر
والدسم امرن كل والورم [illegible] وبظال فدا [illegible]
ويطلو البطن ويحدث [illegible] وبضعف الشهوة ايضا والمعدة

[illegible] امض [illegible] مجبب ومهرم بسرعة ومضعف
عصبا وقوى هضم الكبد مصفر وجه فاسد الكبد
وهو عسى [illegible] جوفا [illegible] والبلغم الكثير معه [illegible]
مشوش شهوة [illegible] وقامع للدم والصفراء
ومنه الحريف للصفراء يميل جدا ثم للسوداء
من بعد [illegible] ولا اجسام يثير حرا زائدا للاضرام
[illegible] وفي غذا الاكثر ثم امكن
مزج [illegible] والجسوم مسمن ومنجب
[illegible] اعتدال [illegible] ثم الى الشوا ايضا ينسب
[illegible] الى رطوبة نسب وذو الجفاف فاليبس ينسب
[illegible] شهوة [illegible] وبحث البلغم ثم يسهل
ويفسد الهضم ويرخي المعده به وسهو [illegible] وله
يشبع قبل الاكتفا من [illegible] لكنه مرطب للجسم
وهو لذا المشوي [illegible] مسمن يضر بالمحموم
وقابض [illegible] دائما [illegible] يجفف اللحم ويوهي البدنا
يعطي [illegible] غالبا والمعده [illegible] قوي ويسود كثيرا [illegible]
ويابس يقوي القوى ويحل ويفسد اللون ويبس [illegible]
ورطب مكسر [illegible] غذا يطفي نار المعدان انجرد
بارد يضر [illegible] في الهضم والعصب والاسنان
ويوهن [illegible] والخزع ويسخن مصلح لها اجمع
[illegible] يذوب الحر [illegible] الدما

ويفتح العصب ثم همدا شديده يكون منه الاغما

فما سخن جدا فطر كالبارد الا الذي برد وحر زا بسه

واسخن ان ابرطه بهو يفتل وهاكذا البارد جدا يفعل

وكل نوع من طعام يشبع بضده يصلحه اذ يجمع

كالحلو والحامض كل اكله بعقبه الاهم مصلح لـه

[illegible]

ثم فلا يجمع بين اثنين من فرد نوع نحو بارد بين

اولزجين او منفخين او مستحيلين وفا بضين

وسمكا ولبنا من جمعا بعرابه او جذام او فالج

او برص او نقرس وقد عطب من لهما يجمع مع خبز رطب

ولبن مع النبيذ خطر وهو مع الحامض ايضا يحذر

وبارد البقر وحامض الثمر جمعهما يجذم كما اشتهر

وهكذا العسل ثم السمك والحمض والبيض عليه يشرك

ولحم طير معه لا الباقلان يخشى ومع هريسة رمان

ايضا ومن بيض مطجن على صعلو الاسبانا نح يحذر البلا

كذا مضيرة وحم مليه جمعهما يوقع في البليه

ولا على احد هما من حامض بالفاكهة ذات مزاج قابض

كمشمش وحامض الرمان والخوخ ومع ماسة الالبان

وهو مع الدجاج او مع مجل كذا الارز فطر بالخل

ولا مع الحامض قد يجرو كذا بجمرية وسكباج غذا

وطبخ مكسود بجزر او لبن لطبخه بما لحم يخفي البدن

واقض

[illegible]

وخض [illegible] [illegible] شوم [illegible] مزاكل

[illegible] [illegible] والفول معهم وثوم او بصل

[illegible] [illegible] [illegible] عنبا منه [illegible]

ثم السويق بهويوذ بكرني يشربه على الارز المبزوكنذر

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] اوذ [illegible]

واسق في الصيف [illegible] يرضى هكيم منه ان تعمله

[illegible] او في ابرص [illegible] وحامض [illegible] يخشى [illegible]

[illegible] كلمة [illegible] [illegible] وما [illegible] [illegible]

ومن [illegible] يشي على ناظره من اكسور

[illegible] سد الالبان كان [illegible] [illegible] كفه باسموم

وبصر بكفا [illegible] الاكرمنه ار [illegible]

[illegible] كانت [illegible] يحفظهما من ما اكره سموم

وحفظه على [illegible] من سم يأتي [illegible] السموم

[illegible] واستعمل كالمنتن [illegible] لا سيما الباروف باتفاق

والتين والسذاب [illegible] ترياق ايضا للسموم يوكل

[illegible] التين في وزاو [illegible] يحفظ من كل السموم [illegible]

وعود [illegible] يشرب في الشراب او اخضر الزوج مع السذاب

وهاكذا الليمون كالاترج ونشركه من سموم ينجي

وبزركن ثم بزر [illegible] [illegible] او بير سانا الخل

[illegible] كاللولو والزبرجد وكالزمرد لذا [illegible]

[illegible]

وبحجر البازهر ذا الرخيص ... ذا المعدني وكم له من خيص

من كل سم مطلقا بشربه ... وكم نجا شخص من الموت به

ولبسه في خاتم مشكور ... ونافع تعليقه مشهور

وان على محل لدغ وضعا ... سكن لدغ مرة [illegible]

وضعه في خاتم [illegible] ... نقش فيه مثل شكل عقرب

وكان في العقرب حين القمر ... في وتد الطالع قد تحرر

ثم على ممضوغ كندر وضع ... نفع شربه لمن بها لسع

والحيوان من البازهر ... في الحفظ من سم عظيم القدر

بوزن نصف دانق يساوي ... وللسموم كلها بلا [illegible]

كحجر الحية والفيروزج ... عملا وبالمسح يبيد الدهنج

وشرب قدر درهم من طين ... مختوم النفع به في الحين

وحب غار ثم صبر تخوم ... لسائر ترياقه ومسموم

مثقال لشربه في ماء العسل ... ثلاثة اواق بعد ان [illegible]

يمكث بعد ساعة وبعده ... وصاحب السم بقيء بعده

يعرف بالمكخذ المركب ... وهو عظيم نفعه مجرب

لبن او زبد وسمن اذا ... شربه المسموم فيأمن الاذى

وكل ما وجوده مبسن ... وهو مجرب لسم [illegible]

كالمسك والعود ودار فلفل ... وموميا [illegible]

والمقل والحلتيت والدرونج ... والفستق والفتة والعنبريج

وجنطيانا وزراوند وج ... والجرجير [illegible] ثم [illegible]

ودارصيني ثم انيسون ... ورازيانج او الكمون والر[illegible]

دابوص

والراب والبلوط والاشقيل ... والراسن المصري وزنجبيل

ومسك والزفت ثم القطران ... وكبر وجوز وبلسان

والانفحات كلها للسما ... انفحة الارنب فاذ هي سما

وجند بادستر وهو الاصفر ... وبذر الاسود ثم الاغبر

والفلفل الابيض والقيصوم ... كل به تندفع السموم

والخس والتفاح ايضا والسورق ... وماؤه المصفى منه وار[illegible]

مرارة الثور هي البازهر ... وماء كرنب عجيب وبزر

خنق وجدوار وبوزيدان ... ايضا وللبرشوشان شان

خصى الحمار وكذا الحمار ... وكذا الجبن يدافع السموم والجبن

وحب عصارة الاضاليف ... ازادرخت وهي بازهر امتن

شربها من كل سم مع عسل ... وحبها سم وربما قتل

ومثل هذا القدر في ذا المختصر ... كاف وشاف لذي تصحيح وفكر

وشرب ماء ما فيه العطاس ... جميع ابدان ذوي الحيوان

فوايد لرطوبات الجسد ... وجاذب لها بما منه تمد

يرقق الغذاء حتى يسري ... ونفعه في كل عضو يسري

ويكسب البدن ابيع جمال ... الجسم ان يشرب باعتدال

ويمنع البخار من تصاعد ... الى الدماغ شرب ماء بارد

ويطفي الحر ويدفع العطش ... ونفعه الزايد داخل البدن

وتفرغ الاحشاء ويسرع الردا ... بكل عضو وهي او بردا

والكالي اذا [illegible] بصره ... يصلح ما يفسده من برده

كثرته توهي القوى وتفسل والكف [illegible] منها يوجد

ويورث الرعشة والنسيانا والعين [illegible] [illegible]

والماء [illegible] ويبس مضر [illegible] انفع والفضل [illegible]

والماء ما فيه غذاء [illegible] [illegible] يروي الظما

وغيره هو الذي لا يتغير [illegible] بها يحطون

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

من [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

وافضل المياه ما [illegible] الى الشمال او الشرق [illegible]

على نقي [illegible] والاحجار وهي نقية من الاكدار

وكان عذبا جاريا او [illegible] خفيف وزن و[illegible]

وليس في المياه مثل النيل [illegible] وصف [illegible]

و[illegible] ماء [illegible] مياهها احسن ما يكون

[illegible] من [illegible] وماء بير [illegible] [illegible]

والملح [illegible] من [illegible] [illegible]

اسرع من ماء العيون هضما ومن مياه الثلج [illegible]

[illegible] [illegible] ولطف يعجب [illegible] الحسن

[illegible] [illegible] من المياه و[illegible]

وجمع المياه من انواع اختلفت [illegible] الاجسام

والاطر من مياه الاجسام [illegible] [illegible] ردي [illegible]

[illegible]

وانها ثقيلة [illegible] وا[illegible] موخمة [illegible]

وما في [illegible] [illegible] [illegible] بل [illegible]

ويحدث الحكة ثم الجربا والعيون [illegible] شربا

وهواء الديم شربه يعقل بطنا [illegible] [illegible]

وجمع ماء [illegible] [illegible] ينهضم الاول [illegible] البدن

ومن يجد اجمع ماء النهر من قبل [illegible] ماء البير

وما على الاحجار او [illegible] [illegible] [illegible]

وكل ماء للهواء انكشف من جهة بطبعها [illegible]

بما الى الشرق او الشمال يحمد [illegible] [illegible]

وما الى الجنوب او غرب كشف فليس يحمد به اذا وصف

والماء ان جمد زال طبعه ولو اذيب لا يعود وصفه

وماء ثلج وجليد وبرد ذو غلظ يضعف كل ما برد

ككبد ومعدة وعصب والشيخ يجتنبه ايضا والصبي

ومن يزيد [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

والملح مصلح لمن قد فسدا من المياه ومزيل للسدد

وبارد الماء عقيب السخن او مائع والعكس ايضا [illegible]

[illegible] [illegible] ويطفئ [illegible] الشهوة

ومن يزد عطشا مع شرب ما يصبر عليه [illegible] الظما

والشرب فامنع على الريق سوى لذي التهاب او خمار او [illegible]

[illegible] الماء بارد [illegible] دفعة واحدة كثيرا

واترك على البطيخ والفاكهة … والحلو شرباً وعلى الرياضة

كذا على الجماع والحمام … وبعد أو في خلل الطعام

وعقب الغذا يزيد البلغما … لكن عن البارد مضار بسما

يزيد نفعاً ويصحح البدن … ثم اعتياده مفيد للسمن

ومعه معدل لحار … معدة وبالشفاء سار

يطيب النفوس كالفطوما … يجبر لما يصح الجسوما

والخمر حاملة الصحة كما … بالنقص النص عليه الحكما

وشربه بحسب المزاج … لديهم يغني عن العلاج

لكنها قد سلبت بالشرع … من حين تحريم جميع النفع

لأنه قد جاء أن الله ما … أبقى الشفاء والنفع فيما حرما

ثم على قول الأطبا تورث … عوارضاً ردية وتحدث

تولد السكتة والتشنج … وتذهب الفهم وتسلب الحجى

وتورث الرعشة والاستسقا … و[illegible] وتوهي الأعضا

[illegible]

وتذهب الروح وتحسب الحرف … وتضعف الوعي وتنشي الأرق [illegible]

ثم النبيذ ينفع من [illegible] … [illegible]

ثم الزبيبي فقفه ثم الذي … بسكر وعسل منتبذ

ثم الذي من تمر وبسر … فقط بما من الزبيب المسكر

ثم نبيذ التين ثم التمر … والدخن و[illegible] ثم البر

وحملها من [illegible] … حلوا والأسد حار فد [illegible]

والنبق

ولا يفي النفع بضر لا نبذه … بشربها جميعها اترك وانبذه

والسكنجبين العسلي … و[illegible]

يبين جهة الصحة و[illegible] … [illegible] منفعة

يجلو [illegible] وينفع السدد … وهو لأكباد مفيد [illegible]

ينفع شهوة و[illegible] … والنافعين وينفع الصفرا

ومعها الصحة المحرور … [illegible] والسكر البزوري

ينفع السدد وهو مد … [illegible] الرياح ومضر

مد والأعصاب [illegible] … شراب خشخاش [illegible]

والعنصلي ينفع الاستسقا … وبرد أحشاء وأيضاً [illegible]

لزج بالفم والربو [illegible] … وهو نضيج [illegible]

ويصلح السكنجبين [illegible] … بشرب جلاب بأثر [illegible]

و[illegible] … جود [illegible] أنواع

والأفضل الذي من الزبيب … معتدل في الحر والترطيب

ملطف مفتح للسدد … مخصب مسمن الجسد

يجبه الكبد ثم المعدة … وهو لأصحاب المرار جيد

وما من الرمان لا [illegible] … المعدة من أفضل الشراب

وهو بقويها والصفرا [illegible] … ونافع للخفقان والغشا

والنبيذ من شعير [illegible] … يولد الخلط و[illegible] الجسدا

معدة وبالكلى وبالعصب … وبالمثانات يحدث الوصب

لكنه لحدة الحر [illegible] … [illegible]

ثم سويق حنطة مبرد … و[illegible] نفيعاً أجود

احتى منتج يجي [illegible] وبافي [illegible] روح
اصلاحه بمزما يفسله وشربه سكر بعد لسه
ومن شعير فيه قد اذ يريده [illegible] وهو يفصل
بل شربه في [illegible] صب الماء [illegible] عليه شيء خفية الصفراء
وعد حب نما ورد يسهل وسكر الهمة [illegible] نزول
وما من الرمان [illegible] يبس [illegible] يحكي لصفر وجد في السعد
وهو يشهي النفس [illegible] الاكل ونصح شهوة [illegible] عمل
وهكذا السويق من تفاح شهوة يقطع ذو اصرح
وهو يقوي [illegible] او قبض ونافع غثيان [illegible] مرض
وسكرها مرطب المعدة [illegible] ويفتح سدد
يوافق المحرور والمبرود شربا وايضا ذا يقطع السودا
ينهض الشهو وهو ذو جلاء ونافع مثانة مع الكلى
وينفع الرية ثم الصدر ومعدا الاذ واد الصفرا
يضرها ومن رماد [illegible] اضراه ثم الضماد [illegible] تبع
سعر افراج بقلة الغذاء تبغ من قبل هضر [illegible] وادى
وغيره الطبرزد الذي صفا وكلما تستوجبات الصفا
[illegible] يولد الدم [illegible] ليبس والجلاب مثلما ذكر
ويسر بالماشعاحي البرد وهو نمو وحار [illegible]
وبربود حامض الفواحه [illegible] ما يطلب من صلاحه
ونافع امير باريس [illegible] صفرا والعطش والقي منع
وهو يقوي القلب ثم الكبد [illegible] كما يقوي المعدة

[illegible]

وينفع السعال وهو حامض   وبابس وبارد وقابض
ومثله الريباس حتى يقطع   سكرا وللطاعون جدا ينفع
وماء ورد لبرودة [illegible]   وفيه رطوبة ويبس اعتدل
وباطن الاعضا يقوي والقوى   جميعها وللدماغ جددوا
ييبسه نبسا ويقوي القلبا   والجسم شما وطلا وشربا
وهو يشد ابة الاسنان   ويذهب الغشي عن الانسان
كما يشبه الحواس والمعا   وكبدا ومعدا قد نفعا
واستعملان الحار مع نفث الدما   والهضم قواه وشهى الطعما (شبها)
ووجع الراس وعينا قد شفا   وبالنبات خرة الصدر [illegible]
وماء [illegible] يبس [illegible]   وهو عجيب يفتح السدد
من كبد شربا وشم الريح   مفرح يزيد نفس الروح

وجملة الصحة نوم اتصل   في غرف وقدره قد اعتدل
بعد شروع الاكل في انهضام   عند سكون نفخة الطعام
وهو يبرد الفكر والراي معا   كما يريح النفس مما صدعا
والهم والفكر الردي فيه   وللدماغ فيه غاية الشفا
و [illegible] يرخى مثلما   يحدث في الابدان [illegible] الدما
يجود الهضم ويذهب الوصب   والضعف من بعد الجماع او غضب
ونحوه وهو يقوي القوة   اعني الطبيعية ثم الشهوة
وينضج الاخلاط مثلما منع   انواع الاستفراغ والدما قطع
ونافع لحدة الامراض   والبدن المريض ذي الاعراض

ونافع بآخر الحمى ولا   يضر معها النوم إلا أولا
لكنه يضر خلطا باردا   إن كان عن قدر اعتدال زائدا
ثم إذا ما زاد في الإفراط   أفسد للدماغ والأخلاط
وعظم الكلال والاسترخا   أفسد والشهوة والأبدانا
وبارد الأمراض أيضا أحدثا   وبالقوى النفسي ضعفا أورثا
والنوم حال الامتلاء والخوى   شديد إضرار ويسقط القوى
وامش قليلا لانحدار الأكل   إن تبتغي النوم وأنت ممتلي
ومن تقلب بنوم كثيرا   أثار فيه النفخ والقراقرا
ومفرق النوم الطويل إن عرض   يخذ صحة وبالعكس المرض
والنوم من بعد رطوبة حصل   والسهد من فعل اليبوسة اتصل
والنوم من حرارة ذو نكد   كثير تشويش وحلمه ردي
والنوم كالسكون أو الحركة   لشبهها اليقظة أعني المدركة
وسلم من اضطراب في البدن   علامة تقلب حال الوسن
والنوم بعد القيء والإسهال   والجوع إن زاد على اعتدال
فيطفئ الحمى وإن قل دفع   بقية الأخلاط والإعيا نفع
وبدن غيره النوم السوي   أردا أمراضا لنه بعد وبا
وكل من يعرق في النوم بلا   وجود موجب فمن فرط امتلا
في بدنه من خلط أو غذا   ودفع كل سبب الشفاء
والنوم لا يعتاد بالنهار   فإنه في غاية الإضرار
يغير الألوان ثم يورث   نوازلا ثم الطحال يحدث
ويوجب السل وضعف العصب   والشهوة وكل داء رطب

وكل

وكل من يعتد به بفقد وجب   عليه بالتدريج ترك ما ارتكب
والنفس لا تنهض بالقيام   عند ارتياحها إلى المنام
ولا إلى المنام تستريح التي   يحس منها يقظة بقوة
ويجلب النوم خرير الماء   وكل صوت لذ باستواء
كذا السكون مع الاسترخاء   وراحة من كد أو عناء
وظلمة والشرب من صهباء   كثيرة المزج وصب الماء
على الدماغ حارا ويشرب   بعد الغذاء المرقد المرطب
ومن يرم إعانة الهضوم   عند انحدار أكله بالنوم
ينم على يمينه قليلا   ثم على يساره طويلا
ثم على اليمين أيضا وبذا   يحصل في النوم مع هضم الغذا
والسهر الكثير يجفف البدن   وما يضر بالدماغ والسمن
ويحلل الفضل والأخلاط   يحرق عند حالة الإفراط
وهو لهضم مفسد ومضعف   محلل مجوع مجفف
يبلد الفكر ويحدث الخدر   والقوى النفسي زائد الضرر
وزائد إضراره بالنحفا   ونومه بكثرة على القفا
يحدث سكتة وكابوسا فلا   يعتاد والحصا يري في الكلى
ويحسب العيون منه سفلا   وهو على البطن يعين الهضما

وكل من له الجماع مصلح   بطبعه فقوله مصحح
وهو الذي يأتيه من بعد الوسن   مع جودة النفس وخفة البدن
ولم يجد ضعفا ولا فتورا   منه ويلقى عنده سرورا

ومن يجد لنتركه في نفسه   كآبة وشغلا براسه
ويدنى ثم يلاقي سددا   وظلمة في عينه وكدرا
وورما بجانب وخصية   فبرؤه وطبه بسرعة
بمثل ذا جماعه مبرح   ومبسه لنفسه ومصلح
وهو مبرد لكل غضب   دافعه ومذهب الوصب
من كدر ووسواس ومن جنون   وسيئ الافكار والظنون
وهيئ الاجدان للغذا كسل   امراض بلغم وسوداء شمل
يذهب العشق الجماع المتفق   من عاشق وكم لقي من عشق
وانما يجد منه المفرط   اذ هو للقوة قطعا يسقط
فينهك الابدان والاصلابا   ويضعف العيون والاعصابا
ويحدث الفالج والتشنجا   والارتعاش وليبع عده والجهل
وقل اضرارا بممتلي البدن   الذي الكثير لحمه مع سمن
والواسع العروق ثم المشعر   وذي دم وابيض او احمر
وضره بالضد جدا ثم من   قدرق غمره كثيرا ووهن
ومن اذا جامع يلقى بعده   ذبول نفسه وكسر جسده
وضعفا فامع سقوط شهوة   ثم ارتعاشا وهبوط قوة
فذاك اولى الناس باجتنابه   ايضا واغناهم عن ارتكابه
لانه يهرمه ويوهنه   خصوصا اذ كان نحيفا بدنه
ونافه ومن ضعيف عصبه   كل يزيد بالجماع ذهبه
قل في اضراره وطي الصبي   وهذا والاخرى يحوج للتعب
ووطي كل من تحب افضل   مع مرح بطبعه معتدل

[illegible]

فيه يهب النم ويفي الكربا   وينعش النفس ويحيي القلبا
مع كثرة استفراغه لا يوهن   ومع تكرر فيها احسن
اعني العجوز واحذر الصغيرة
جدا وبكرا والتي تكرهها   ومن تعطلت وطال هجرها
وحائضا ومن بها قيح وصنت   مع براءة الرجال اضعفت
احذره بعد القي والاسهال   وكل متعب من الافعال
والفصد والحمام بعد ركوبها   اخر باعتدال جسم شمل
فحر صوفه وهو [illegible]   او مع يبوسة وبرد وخلا
عند قرب اهتمام بهو بسمه   وفي تتوح المنا اجهود
وقيم مع النخيب انتشى   ذكره من غير فكر ونظر
دي قوة شهوة مع ولمنى   و[illegible] جميع البدن
ابغض الهيئات والاشكال   للمرء والمرأة في الفعال
من بعد بسطها نفسه على الفراش   بالضم والعناق والهوش
ويفعل كل ما يزيد الشهوه   مزيدا حدة وهو في قوة
من يبهم منهما يداه ليوصف   وهو نديا حسن الجماع يعرف
ثم على المراة يعلو الرجل   ويفخذيها ويرى وينزل
يحصل المقصود مع صب المنى   على اقذها ذاة واحسن
ويتعاضد ما ينبق [illegible] ولا   اسرع من هذا الجماع حبلا
واكره الاشكال عند الحمل   ان تركب المراة فوق الرجل
ومن يلازم هذه الكيفيه   توقعه عسر ردية
عسر خراج المني حاله   وسيلان الماء ان احليله

ومنه تستحكم امراض الذكر … وخصية ومسربوا وهـ[illegible]
يوجب … [illegible] ووره [illegible]ـمد
وزايد النعم ووطيا يتقلب … وذكرا وشهوة ويشعب
ذا وجعة وا[illegible] النبع الاغذيه
من كل ما عند [illegible] ونهج وحر … وجه رطوبة بذا النبع اشتهر
لحم ونيمرشت وبصل … بالحم مطبوخا وفول وعسل
ولحم ضان وجاج وجد … [illegible] مع فرخ الحمام وحمد
كذا [illegible] الضان والدجاج … والحم من بيضا او [illegible]ـج
واللفت والهليون ثم الجزر … والفونيبه فيه [illegible]
والتين ايضا والارز باللبن … وبه حليب [illegible] منفوع احسن
وجمة بالسمن والكرا[illegible] … [illegible] على الاخ[illegible]
وبصل يلقى بسمن [illegible] … يطبخ فيه البيض نعم [illegible]
كذا خصى [illegible] ولحم عصفور … والملح والكلى من السقنقور
وذكر الثور المملح [illegible] … [illegible] ثم [illegible] حليب [illegible]
وهكذا [illegible] … من الدواء [illegible] وتصفى
ونصف درهم بنشار [illegible] … [illegible] شربة تكون فسلما
[illegible] … مزاجه [illegible] والخيار
والسمك الطري على جمر [illegible] … [illegible]
ثم من البا فوتحا الخروبه … ان شرب البارد [illegible]
وبزركر[illegible] شربه [illegible] … من بعد سحقه بسمن البقر
معجون [illegible] وجوز [illegible] … ينفع صلبا ويطلب [illegible]

وشرب

وشرب ماء [illegible] … [illegible] وكذا [illegible]
[illegible] … [illegible] وماء [illegible]
كذ [illegible] … وبزركتان وبزر [illegible]
[illegible] … [illegible]
وفيه [illegible] والهليلج … [illegible] والهليلج
و[illegible] ثم [illegible] … مع [illegible] شقيرق
والسعد و[illegible] المسك … والعود و[illegible]
كذا [illegible] ثم [illegible] … [illegible] وقلبا [illegible]
[illegible] … [illegible]
[illegible] … من بعد [illegible]
وعند الانثيان مرض الفضل … [illegible]
[illegible] … ينفع بجماع [illegible]
[illegible] … [illegible]
وكبد [illegible] … [illegible]
[illegible] … وما عن [illegible]
مع [illegible] … [illegible]
ومنه [illegible] … [illegible]

[illegible]

ويضعف [illegible] اجماع [illegible] … [illegible] وحزن [illegible]
و[illegible] والجماع والاو[illegible] … وتركه [illegible]
[illegible] الفو[illegible] … وشرب ماء [illegible]

بحم اكله وما يطحن ، من اللحوم للجماع موهن
وحامض يقبض كالسفرجل ، او جفف المني مثل الفلفل
والسمك المالح والمكسود ، والملح والمملح كالقديد
وكبري كل بقل وكل ، منزل في الملح او في الخل
ولحم تيس بل ولحم ارنب ، وخصية الذيب من المجرب
وهكذا خبز شعير مضعف ، للوطء والجبن العتيق متلف
كزبرة يفعلها يابسة ، يابسة توهن وطء الذكر
ذكر بالعسل والشهد النقي ، مرارة المعز بوزن دانق
يقطع شهوة الجماع قطعا ، ويدفع الباءة عنه دفعا
وعنب الثعلب والكافور ، والبزر من نيلوفر مشهور
والبقلة كشنة وكذا السذاب ، والرجلة الطرخون واللبلاب
واكلها منفوا اكل بنفسج ، كل الى قطع الجماع ينتج
وسرعة الانزال من جرم المني ، وحدة او بعد عهد الزمن
وسعة المجرى تعين والعلاج ، وطء وترطيب وتبريد المزاج
ومن دماغ قوي كل عصب ، يلقى من الوطء وتركه وجب
من ضر لدماغ ثم البدن ، وطبه تبريد اعضاء البدن
كماء خس بالقصا [illegible] ، كذا ضماد ينفع النيلوفر
ونبزره [illegible] ، يطم اذا دهن بالسمن
وحوزته جد به [illegible] ، [illegible] عضو حيثما يكسر
[illegible]
قد كثر لتنفع [illegible] ، وسنشرح [illegible] مع الجماع

يوافق

يوافق اليابس والمرطوبا ، وبارد المزاج والمسلوبا
معتدل في الصيف والشتاء ، ومصلح بالماء والهواء
يعد ابرد [illegible] ، يعدل الحر به تبريد [illegible]
مرطب المزاج في [illegible] ، [illegible]
والمكثف [illegible] مع [illegible] ، [illegible]
والنفع [illegible] ، وكثرة التعريق مستنفي
ويفتح [illegible] ، من ينتفي التجفيف للافتيلة
[illegible] ، غسلها وتجفيفها [illegible]
[illegible] والظهور للاجسام ، علامة الافراط في [illegible]
[illegible] ، ويومه يجم فهو جيد
[illegible] القديم في الشتاء ، وخير ما كان عذب الماء
[illegible] ، [illegible] مع البقاء والهواء
[illegible] ، تكون فيه تاثير [illegible]
[illegible] ، ومن بما اغتسل
[illegible] البرد [illegible] ، مبرد مرطب و[illegible]
مسخن مرطب و[illegible] ، مسخن مجفف [illegible]
[illegible] ، وهكذا يفعل في الخروج
وهو على [illegible] ، [illegible] اذ يسخن الجسد
[illegible] شرب السكنجبين ، وشرب سكر بماء الليمون
[illegible] بعد مستحسن ، مع امنه من سدد يسمن
وبعده طعم اول معتدل ، كما على [illegible]

وينفع الحمام من البلغم والنوم بعد النضج وهو يدعم
مرفق منشط للأعضا ويذهب الريح ودق أيضا
وينضج النزلة والزكاما والربو ثم يهضم الطعام
ويذهب الحكة ثم الجربا ووسخا ودرنا وحبا
ويحبس القيء كذا الفضول يدفعها وهو جد أصول
٢ ويذهب الكيموس الذي ووجع الصدر وجنب لا يدم
لكنه يسهل صب الفضلة بكثرة وأضعفته علة
ويضعف الحار الغريزي والعصب وشهوة الغذاء والوطء عطب
والدلك فيه للقوى يصلب مع بدن وخلطه يذوب
ويجذب الدم إذا ما اعتدلا والرطوبات الجسوم حللا
ويخرج الجرب بالادهان كل فضلة من الأبدان
والمزج بالدهن إن كان بلا ذلك يحسم يمنع التحللا
لاسيما الحار الغريزي إن حصل من بعد ما سخن ما اغتسل
وهو إذن من طبع معتدل يسمن وبالدلوك يجمل
فإنه منعم للبدن وغاسل الوسخ والدرن
والغسل بالبارد في الحمام كثير نفع بعد ما حامي
يجمع الحار الغريزي والقوى في جوهر الأعضاء على حد سوى
والجسم كله يصلب ويحفظ ويشد العصب
به إذن شخص يحمى إذا غسلته ببارد الماء
لكن يتدرج إليه يشتغل لا بغتة يزاح منه يغتسل
واحذر من الرفاه ثم الوصب والقصد والحجم به والقيء

وشرب كل بارد بالفعل فيه وسخن موجب للسل
وماء كله يرهف الحس وهو مبرد له إذا برد
وسخنه مسخن والفاتر مرطب أكثر ثم الكاسر
لحدة الخلق هو المسخن محلل الوجع مسكن
والغسل بالبارد وقت الصيف لذي شباب ومزاج حر
معتدل اللحم حصيف يحسن فيه فيشتد منه البدن
وهو مقو للقوى ويجمع لاسيما المستخدمات الأربع
جاذبة ماسكة وهاضمة دافعة فحسبها الهاضمة
وشهوة تقوى بها والهضم وهو لشخص مطلقا يجود
والشيخ والصبي فانبذ دلا ولو لم يبرد يغتسل
ومن به تخمة أو إسهالا أو نزلة بهوله فتلا
والنفس بالحمامة يبريه الجرب وحكة وما فيه وصف
وهو مصيب بكل فصل من سائر الفصول هو محلل
ملطف ينفع أمراض الكلى والربو والنقرس والمفاصلا
ونثره ورد مما كثفا عرق سد ينفي وما الأذى
كل فروح وقوي جسم كسر ولا استرخاء جسم إذا
والنفس بالربو وبه شدة ريح فيه وبالسكون وبالوجع
وينفع الأعصاب والتشنجا ماء الكبريت ويشفي الفالجا
وبرصا وبهقا وكلفا وجربا ثم يحك الضعفا
مما فدا النصب وكل قرحه ردية يفعلها اللحمة
بالنفس منه غير أنه غداء يضعف شهوة الطعام والغذاء

والمالح المشي ولمزاج النسفي · ينفع للطمث وفرط العرق
والنفث والنزف من المفعرة · وانقلابها وله سفطة
وينفع بالماء النحاسي اشتهر · للعم والسماك وارتخا بعض
ثم الحديدي لضعف المعده · وللطحال جيد غير رده
والبورقي انفع للاستسقا · وهو مرار ونصد [illegible]
[illegible] · [illegible] والد [illegible] ينفع
يقفب كما وبن [illegible] · بالجسم بعد [illegible]

الباب [illegible]

واعلم بان [illegible] · وفيه تفصيله كثير
والبين يصهر النسيج اذا · كان فيها صبيب [illegible]
كذلك الاملس [illegible] · [illegible]
وكثوب ناعم لين · بدني وحوله [illegible]
وصف ما [illegible] وموسن · [illegible] خشن
ثم الذي [illegible] من كتان · ابرد من كل على [illegible]
وهو افقها بها [illegible] · [illegible] يفصل ال[illegible]
و[illegible] والقمح [illegible] · لو [illegible] خشن
كذا الذي من قطن بارد · اكثر يبسا واقل [illegible]
ثم الذي ينسج من قز اشد · [illegible] لزومه الجسد
والذي من اكرر بهوا عدل · وهو لكل جسد معدل
[illegible] يفصل · لاكنه [illegible] محلل
يستقرع القوى [illegible] · وهو على الجسم [illegible]

وانما فوق الثياب يجعل · وان يباشر الجسوم يحل
يجعلها سريعة الاضرار · ببراد الهوا والبخار
ابرد من قطن على الابدان · لاكنه اسخن من كتان
والخز نعم الثوب للشتاء · حر مسخن بلا ايذاء
والصوف حر يابس منشف · للجسم منهك له مجفف
وهو لاهل الفلغم نافع · وللرطوبة وبرد دافع
فيفه مسخن ومنضج · وما اخت جيد ونه مستخرج
والصوف به [illegible] في الملبوس · يؤثر العفة في الملبوس
والكبر والقوى يقوي ان على · ثوب رقيق نفسه قد جعل
ينفع ومانع البخار · لكن يزيد دون نزف جار
ثم من الصوف امر الوبر · من ابل ومعز والشعر
والمرعزي نفعه جليل · مسخن تيبيسه قليل
مرطب ينعم الابدانا · معتدل يلائم الانسانا
وفرو كبش نافع للناس · ملايم لسائر الاجناس
ينفع اوجاع الكلا والظهر عن · برد وللاكباد بالنفع فمن
ويتبع السمور والوشق · شيخ وفي فالج ومترف
وفرو ثعلب احر مطلقا · وهو لمحرور المزاج يتقي
احرى الاسود ثم الاحمر · اقل حرا ويليه الاغبر
وبعد الارنب [illegible] سمور · فرشقة يليه ما استتور
ذلك البري ثم الاهلي · اقلها كعنف [illegible] الفصل
مثله السنجاب ثم الحوصل · ثم الخروف مثلها معتدل

وقيل سنجاب اقل حرا   من الفراء فهو منها الطرا
وهو صار اقرب سخونته   لكنه احسن في رطوبته
رهوله في شباب وفي الرفيع   وفي الاذى به الكثيف قد وضع
ومنه اسود رطب ...   فليس مكث وابيض حسن
ونمر جدي غاية في البرد   كمعز والنمر مثل الفهد
ومثلها في الطبع فرو الدب   ونحوها في غلظه كالذئب
صالحة للعرش لا للملبس   الا الذي بلج او ذي نفرس

[illegible]

وتحفظ الصحة باستفراغ   فواضل البدن بلا استفراغ
بالقيء والاسهال مع نقصان   دم وفضلات من الابدان
عدتها عشرة فضول البدن   بول وبعر ثم دمع ومني
ريح بخار ومخاط وعرق   والطمث واللبن للنسا الحق
وكلها ان خرجت معتدله   فهي تحفظ صحة معتدله

فصل ...

والقيء مرتان من يومين   من كل شهر متواليين
من غير حفظ الدور فهو اولى   لتدرك الاخرى بقايا الاولى
في الصيف والربيع اي بلا سبب   وفعله بسبب مثنى وجب
قانونه الجيد المستعمل   ان يغتذي بصالح من اول
تاخذه الاعضاء ثم في الوسط   من النهار يغتذي بما اختلط
كالحلو والدسم والبقول   وجملة المشروب كالماكول
وابن نعيس ... القيء ...   كثير موجب ... [illegible]

وقال ... الهرم   ويوقع الانسان في ...
والقيء به الكثير جدا   انفع شيء والقليل ... دا
... منافع وانسبه   ما جودة الهضم ...
ينفع المبلو ... وذو ...   وتقوية ايضا وينفي البلغم
وقد يضم لغلظ الاخلاط   عن كل ... بلا افراط
و ... كلها ينشفي   وينفع المرعوش والمستسقي
وهو يقوي وينقي المعدا   ويصلح البصر كما يربي الجسدا
ويحذر الافراط غاية الحذر   فانه يجلب غاية الضرر
ويذهب العقل كذا الاسنانا   يفسدها ويفسد الابدانا
ويصعد المرضى وهو مع ...   ويحسن ... ...
ويحذر القيء ضعيف الصدر   وهكذا والنقب ...
وورم ... وضيق الصدر   ومن يكون فيه ...
والمعوطا ... مع ذي عنق   كيفية القيء كل يشفي
وبعده ...   ...
ويغسل الوجه بما ينفي الثقل   عن راسه كما ورد مع خل
وربما تبلح بماء الورد   والمصطكي بالشرب نفع الجيد
والقيء بالعنف مكرب ردي   يوقع في العروق والتمدد
... وقطع الصوت   وهو المؤدي سرعة الموت
فالحق تضميد بزيت قد غلي   مع الشذاب معدة الذي ابتلي
او اجعلن تكميدها بدهن   ... ضيق بماء سخن
وغذه من السمين الطري   ولتحمه الاشراف منه ...

ومن سقي مغيثا او امر طلا مرة اذن الطراحه ان برجلها
ثم من الامراق [illegible] سقي [illegible] وهذا به امكن ان [illegible]
او سكنجبين يسقى مثله [illegible] ويستعمل مع [illegible]
ويسهل سقي [illegible] والملح [illegible] يقوي [illegible]
وفتر بحبه بالسكنجبين وبالسمين مع [illegible]
مع [illegible] نشت وفيرا [illegible] خبوه عنص بغير [illegible]
وفتر سطح او لا مر [illegible] مع عسل يسهل كل منه [illegible]
واصل رجسر طليفا [illegible] و[illegible] كل [illegible]
[illegible] يقطع القيء [illegible] و[illegible] و[illegible]
والمصطكى ودهنها والنعنع والكهربا والمارشول يقطع
عند ذلك الريباس والليمون وهكذا السماق والكمون
ولا دمتر [illegible] يقطع قيء او [illegible]

فصل

وعلامة الحاجة الى الاسهال لانه البدن غسل
[illegible] الاخلاط والاعضاء [illegible] والخريف [illegible]
و[illegible] من [illegible] يستعمل بانه [illegible] يسهل
اذا [illegible] مسهل [illegible] يابس [illegible] وهو [illegible]
والمشي [illegible] الدواء المسهل [illegible] مما يقوي [illegible]
[illegible] بعد المسهل والنوم [illegible] العمل
وفيه للنوم ولا الادوية ولا شراب ولا الاغذية
وبارد الماء به لا يشرب ولا يشم معه ريح طيب

فيقطعه

فيقطع العطر ولا يستعمل بارد يوذي و[illegible]
الى وقوة [illegible] والنقابة وفيه در [illegible] بسببه
ومطش ثم القعاس كله منها انتفا من بعد بعد [illegible]
ويدخل الحمام ثم يسرع منه الخروج بهو ثم [illegible]
وفيه الحمام ايضا [illegible] ومعه بعد الدواء [illegible]
وشرب [illegible] وقصد [illegible] ثم [illegible] الصبر
[illegible] القوي [illegible] وترسط [illegible] من [illegible] المعده
[illegible] فيه قوابضا وضمد [illegible] واسكر [illegible] برد
[illegible] اليه مع [illegible] كذا [illegible] بغلو [illegible]
ومن بقا [illegible] بالنبسون وورق العفاي والطرخون
والتلج [illegible] غدر و[illegible] يسد منه المنخر
و[illegible] شمو [illegible] ورود كفا و[illegible] والعقيد
ثم [illegible] يشرب قدر [illegible] معدة [illegible]
ويسكر [illegible] يشرب ان لم يحب الدواء
[illegible]
[illegible]
[illegible] ان شرب [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

وبلدة شديدة البرودة وضدها والصنعة الشديدة
[illegible] يضر في التلبس
تبيينها بقرطم و[illegible] او قرطم يضج [illegible] السمون
وسعيد ايارج [illegible] وحقن بمنضج الملين
وحبسها بمثل [illegible] [illegible] وهو مية و[illegible]
[illegible] كل [illegible] فاين [illegible] [illegible] اسلفنا به [illegible]

ثم جمعة [illegible] [illegible] فصل الربيع بلتنقي [illegible]
ووقته الضحى [illegible] يعنى غير موجب [illegible]
الفصد ما [illegible] الدم او كثرة وما يكون [illegible]
مع [illegible] عن [illegible] والامر رفيق [illegible]
واحمد الابدان [illegible] الاحمر واوسع العروق ثم [illegible]
من الشباب والكهول [illegible] من تقتضي [illegible] الفصد
[illegible] البدن وا[illegible] [illegible] النزف [illegible]
[illegible] الكبد وذو القولنج [illegible] [illegible]
ايضا ومحموم وشعوب [illegible] جامع واعمور [illegible] [illegible]
[illegible] وسهران وعند الامتلاء من [illegible] ومن الذي [illegible] ٢
و[illegible] برد معدة او [illegible] والوقت [illegible] ثم [illegible]
وعند [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
و[illegible] [illegible] الجسم [illegible] [illegible]

كواسع

كواسع العروق لامتلائه فليله يوذيه اخراجه
[illegible] عقب النوم وامنعه [illegible] المحموم
ايضا وبعد [illegible] [illegible] [illegible] فد [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
كذا [illegible] [illegible] بعد الترك اذى [illegible]
اذن [illegible] [illegible] قوة [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] وشهوة وقوة [illegible]
ويقتضي سوء المزاج [illegible] و[illegible] الابدان مع [illegible]
[illegible] رعشة و[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
والفصد [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
و[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
و[illegible] [illegible] والاصوات والـ[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] الفصد [illegible] [illegible] العضو [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] الضعف واجعله [illegible] [illegible]
و[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
ومن [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
و[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] الجلد [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

وشربانه او ونيه من غير [illegible] وانقطع وابق علاج دائوها
[illegible] في [illegible] وفي النساء وان [illegible] شكرا
وللدواء الرفيق فيه نفع ... وللغليظ الخروج قد منع
وللموسوس وصبا يصلح ... وهو [illegible] سر جح
لا فصد فيها ولا العرق يفصل ... ولا ترم سرعة [illegible]
ثم لغير ذين فالمعروف ... في فصد [illegible]
[illegible] لا يستفصل ... [illegible]
[illegible] في مثل هذا المختصر ... فلنات جملة بلا [illegible] اشتهر
حبل الذراع فوق زند وضعه ... عال به وبدا على نفعه
وموضع القيفال ثم الاكحل ... والباسليق مرفق مما يلي
وهنبي حاجب [illegible] ... من جنبه به اتصال
كذا من الانسي [illegible] ... في جميع الجسم والدماغ
والباسليق اسفل وهو [illegible] ... من كتف ثم المزدوج
من تحتيهما [illegible] ... بينهما فوق الاكحل
والفصد فيه [illegible] ... [illegible] نواحي الصدر
وفوق ظهر [illegible] ... [illegible] ينطا بنصر
بينهما يقع فصده [illegible] ... [illegible] منه قصد
وموضع الصافن [illegible] ... [illegible] الايسر غير صعب
يفصد [illegible] واحد مع ... [illegible] جسور نفع
عرق النسا [illegible] ... ينزل من رجل [illegible]
وهنبي [illegible] ... او بين خنصر وبنصر [illegible]

فصل

فصل في الحجامة

ثم الحجامات لها تاثير ... في صحة ونفعها كثير
وفي مواضع تسن الحجامه ... تنوب عن فصد مع السلامه
فنابت في نقرة عن الكحل ... وهو يحقق ناجع ذي ثقل
لحاجب مع حكة الاجفان ... لاكنه مورث النسيان
وكاهل ينوب عن باسليق ... لحب منكب وحلق قد سقم
ومرفق الصدر وربو من [illegible] ... يبريهما الاكثر بالبلغم
من معدة ونابع [illegible] ... حجامة ما بين منكبين
حجم الاخدعين عن قيفال ... في نفع فصد بكل حال
ونفع الضرس مع الاسنان ... والوجه والعيون والاذان
والانف والحلق ورعش الراس ... وربما احدثه بالنعاس
حجم وسط الراس [illegible] ... يشفي وبالعقل بذو اضرار
ويفسد الابصار والاذهانا ... ويورث الذهول والنسيانا
لاكن امراض العيون قد نفع ... [illegible] وللبثور [illegible]
الالدية [illegible] ... ايضا ومحدث لزمن المرض
والحجم في مقدم الراس كذا ... يحدث بالذهن وبالحس الاذى
وحجم [illegible] ... راسا وعينا ثم [illegible] الحلق
والوجه كله مع الاذان ... ايضا وحلقوما مع الاسنان
والحجم في البطن [illegible] مع ... دم من الفخذين قد نفع
وجرب ثم [illegible] ... وحكة الظهر [illegible]
والريح في مثانة او رحم ... ونقرس [illegible]

وعرق الفخذ يزمن فداوِ ۔ اما بفصده من الاورام
بعض والخراج بنفع الـ... ۔ في الساق قد جرح وفي الفخذ
وان يكن من خارج الساق ورم ۔ فان يبين قصد للخراج ثم
وهم تحت الركبتين للوجع ۔ من خلفه وكذا قد دفع
ايضا ومفروح بالصافين ۔ ذات العيون ...
وهو على الساق بقصد ايضا ۔ ينفع الدماء وفي الحيض
واجم نافع على وجه القدم ۔ لمن ضرب الخصيتين من ورم
كذا الخراج على الفخذين ۔ وهو ذا احسن على الكعبين
يدر طمثا ويداوي النقرس ۔ ونفعه قد شاع في عرق النسا

وبعد عام الصغير يحجم ۔ والشيخ ذو ستين عنه يحجم
وفي الحجامة الامان الحسي ۔ من ان قلع مدة للدم...
وفقها ... ينصبا شهر ۔ حيث النمو في الدماء يسير
ينفي للانتفاع قلة ما ۔ من جوهر الروح تقلل الدم
وكا تتخذ من ريش الاعضا ۔ ثم لها مزيد نفع ايضا
ونفعها الذي ادع الرقيق جم ۔ لاكنها تضعف عضو الجسم
ونفعها ابدن الجلد قدر ۔ ايضا واخراج الدما بها عسير
ونفعها اجمالا نفعها الذي ۔ في رقيق وهي تنفع ...
في دمه لغلظ يوهو ... ۔ وبعد ساعة عليه يحجم
وبعد شلها يغذي المنهج ۔ بمثل مع خرنوب ...
وجرمن مسها ... ۔ والفصد بالبكر هو اوفق

وقد ...

ونحذر التخوم بعد اكل ۔ ... وبعد ما يحتمل
تدبير الامر في الفصول
فصل الربيع طبعه معتدل ۔ ومن بقية الفصول افضل
يناسب الحياة والروح ... ۔ بالطبع بل ... الدم
يحمر اللون لجلبه لما استدل ۔ من الدما ولم يحل ما حصل
لكن الصف اثر فيه اجسدا ۔ تحرك الاخلاط لا من البردا
لذا يهيج كامن الامراض ۔ وكل مزمن من الامراض
من نحو خناق ... ۔ وسائر الاورام والدماميل
وخراج ... ۔ ونحوه ...
والسل مع صدع العروق يظهر ۔ ثم السعال والرشاش يكثر
وبلغم وفالج ثم وجع ۔ مفاصل وسكتة فيه تقع
فاهذر به الرياضة العنيفة ۔ في النفس والابدان لا اللطيفة
وسائر امتلاءات تترك ۔ فانها اضر تحرك
وقلل الخبز به والعسل ۔ لا سيما لمن يخاف السقما
... لا ... من الغذا ۔ الا الشراب الرطب ما فيه اذى
٢ واترك مملحا ومربيا ومل ۔ الى اشربة اللطيف المعتدل
وصاحب الفصد في اشتا فبلا ۔ رياضة فيه ...
وليس من اعراضه ينفس ۔ كالفصد والاسهال بل تخلص
ويلبس الخفيف من ثياب ۔ نحو المضربات والسنجاب
عند نزول الشمس في برج الحمل ۔ اوله اذا الطاب وقتا واعتدل
والصيف حر يابس المزاج ۔ يتلاح فيه ... الاعلاج

فيه تنمو المرة الصفراء • من حرة والمرة السوداء
ويضعف الافعال والقوى لسهرا • مثل والبلغم فيه والسكما
وتحدث الحمى في الاسنان • وتوجد الضمورة الابدان
وتظهر الحمرة والبثور • مع وجع في اذن يثور
وفيه الاستسقا ومن محرقه • والقب ايضا وكذاك المطبقه
والمرض الحاد يهيج سرعة • والجدري فيه يثور دفعة
وحصبة ثم قروح ابلة • بكثرة من حركة الماكلة
والهضم يضعف ويقوى الرمد • وكثرة العرق فيه توجد
وزلق الامعاء ايضا عرض • لاحق به تنقص مدة المرض
فيلزم السكون فيه بالسكن • في الكن والظل وراحة البدن
وتحذر الشمس والامتلاء • فيه كما يجتنب الهواء
وبارد الغذاء فيه النافع • مع رطب كذا اللطيف القامع
ويحذر المالح والحريف • ومثله التسخين والتجفيف
والحلو والغليظ ثم الدسم • في الصيف كله من يعالج بسقم
واحذر من الاجماع والخيار • ونحوها في زمن الثمار
ثم السكنجبين والجلاب • مع حامض الحبوب مستطاب
او اقتصر فيه على الحوامض • وتارة وصل الى القوابض
واستعمل الغسل بماء بارد • بشرطه وشرب غير زائد
والقيء فيه نافع ان احتمل • وفيه لا رياضة ولا عمل
لاحق به تربص النساء • والبلغميون فهم سواء
وفيه بالختان يجي البدن • لا سيما العتيق وهو اليبس

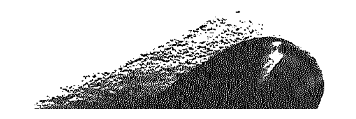
اوله

اوله عند نزول الشمس في • اول برج السرطان فاعرف
ثم الخريف يابس وبارد • مع اعتدال الدم ايضا زائد
يقل فيه (الدم) لكن العرض • به ردي وكذلك المرض
وتحذر الشمس بوقت الظهر • والبرد في البرية والهجر
ويحذر الغسل بماء بارد • وشربه فيه كلاهما ردي
والغسل بالحار فيه طيب • مرطب كذا الشراب الرطب
٢ والامتلا والشربان دفعة • يخشى بقسمته تلاف نفعه
ايضا ومن فاكهة ما اكثنا • فقل به عنك يبعد الضنا
والجوع والعطش كل يجهد • والنوم حيث يقشعر الجسد
وبعد الامتلا من الطعام • فانه يوقع في الاسقام
واجود الخريف ذو الامطار • ترطيبه يبعد من اضرار
والشمس في الرجوع من شمال • تعود قابل للاعتدال
اوله بدء اعتدال ثاني • عند نزول الشمس للميزان
ثم الشتاء بارد ورطب • وما به للصحة مرطب
ولا يكاد فيه يوجد المرض • ويحمل الخطا في كل عرض
بل توجد الامراض ذات البلغم • لكثرها فيه وقلة الدم
كذات رية وذات الجنب • ووجع الظهر به والصلب
ونزلة ووجع الحلق • والصرع والسكتة ذات الخنق
وضعف اعصاب مع الزكام • ومزمن الصداع والاسقام
تستعمل الرياضة العنيفة • فيه كذا الاغذية الكثيفة
كاللحم والهريسة كل يهضم • من حرم الحار الغريزي قد علم

ويوكن انقطع الملتهب • ومعه الاسهال فيه يجب
وشيخ يؤذيه الشتا واتما • ممنوسه حين نفعه نما
وعن مبرود المزاج بالحاره • في طبعه وهو محرور المزاج صاره
ثم نصيب اجود الشتا • والنا شب القابع دوادوا
وبلدنا في الشتا مطلقا • والاصطلا من جرة برد يتقا
اونه اذ تنزل الغزاله • او برج الجدي الحمله
الجدي في درجة شهر ... بسرادة السمتى
وعدن الارض نحو الاستوا • يث بها الميل على حد السوا
ثم الاقاليم على الشمال • عدتها سبع على التوالي
اوسطها الرابع جوا عدلا • وغيره الى الحرارة اميل
اما الى حرارة شديده • تميل او لشدة البروده
وابعد الجلاد والمساكن • من قد نذا في ابعض الاماكن
والشرق والشمال مكشوفان • والغرب والجنوب مستوران
تربتها طيبة فيشبه • ريا بسها جيدة زكيه
... ومن وهم وجبن • وكل ريح يشهد ونتن
قد جاورت ايضا ما شرب • وغائر جار في الشرب
بيوتها رحبة ابنيه • واسعة كثيرة الضيا
اوابوابها الشرق كالحوى • او للشمال بكلاهما سوا
عالية غرفها الرياح • والشمس حيث يحب الاصلاح
وتحتها منازل ارضيه • للصيف بل وللشتا مرضيه
سكانها في ابدانهم صحيحه • ووجوههم ناضرة صبيحه

صحتهم

صحتهم محفوظة سويه • شهوتهم صادقة قويه
والبلد العالي مزاجه بارد • سكانه ذو وبا قوا وجلد
ابدانهم صحيحة تطول • اعمارهم وضعفهم قليل
والبلد المخفوض ذو حر اشد • واهله منه بكد وكمد
سكانه ذو سموم وحموم • وذو طراوة ولين في الجسوم
مجسم كل لين ومسترخي • بغير عرق ظاهر ومفصل
ثم بلاد جهة الشمال • جميعها من نحو هذا الحال
واهلها اعمارهم طويله • جيدة هضومهم جميله
الوانهم بيض وهم ممتلا • ابدانهم صحة بجودة الدم
قلوبهم شديدة الحراره • لذا كبا خلافهم دعاره
قواهم تزيد والقروح • في سرعة تبرا والجروح
رعافهم يكثر من جره امتلا • ابدانهم والبرد فيه يجلد
وقد نما الحاري فيهم • وقل اسقاط النسا فيهم
الا الولادة فيتم تعسر • والسل والكزاز ايضا يكثر
وما الى القطب الشمال الغرب • لبرده اعدل فهو اتسب
وان تكن تلك البلاد الرطبه • طابت بما البعض عنهم طيبه
سكانها لهم وجوه حسنه • ورطبة جلودهم ولينه
وفيهم تيبس شديد الحر • ولا الشتا يكثر الفقر
وفيهم الفالج والناسور مع • صرع واسهال بكثرة يقع
وعندهم ترك الرياضة مستحسن • لكونها للنفس ترخي والبدن
والبلد الغربي وهو ما انصب • بالستر شرقه وغرب انكشف



هواها الرطب وانجبه • لبعدها الشمس ولانطبعه
من غلظ في طبعه وسرعه • من بعد برد الليل بعد واد به
والبلد اليابس صعب الحر • صيف وفي الشتا صعب القر
واهله جلودهم ذا نحل • وفي دماغهم ردي اليبس جل
والبلد الشرقي وهو ما انكشف • بجهة الشرق بيبس متصف
معتدل حرا وبردا وغدا • هواءه الصافي الطيب ابدا
قد عدلته الشمس حيث اتفقا • تحركا بهواء ملطفا
واهله امراضهم قليله • ابدانهم حركة صحتها جزيله
ولونهم الى البياض اقرب • لكنه بحمرة مشوب
وما بقي من البلاد قد عرف • مزاجه بالقرب مما قد وصف
الجزء الثاني عشر جمع [illegible]
وسرة المولود [illegible] • فوق اصابع ثلاث تقطع
ثم يشد [illegible] • تربط دون قطعها الموصوف
ثم بماء الملح جسمه يمس • حيث يعمه سوى انف وفم
وبعد ذا في تنقيه اوجه • يصلب الجلد ويكسب الجلد
من بعد تشديد بحل رخو • في اللف مع رفق بجسمه نحو
وعضو ما يوافق تشكيلا • ويعمل ما يناسب التجميلا
ثم اللبان فيه ينمو الجسد • وخيره من امه لا بد
وينبغي تلعيقه من العسل • من قبل ارضاع لديه مع الثقل
ورضعتان او ثلاث حسبه • في كل يوم ان توالى شربه
في كل رضعة تراعي الفتره • مع راحة لدفعة حصره

وجعل

وجعله لحفظ مزاج المرضع • في حفظ صحة مزاج المرضع
ثم زيت طيب يسعد نفى • وباليس المربين يغطي البدن
وذلك الترتيب به تضربه • يجعل منه ثم في عينيه
ثم بماء دافئ يغسل • وفي الشتاء السخن اذ يعدل
وجاز تكرير لذي التغسيل • في اليوم مرات بلا تطويل
وبعد عام ميز الفطيم ينفطم • لمن اراد ارضاعا يقتصر
والكبد بالاصبع للثات • يسهل الاسنان للانبات
وحسن بالعلك او بدهن • بالدلك يسهل نبت السن
ولانطلاق البطن في الكمون • او شمع يطلى وانيسون
ونحوها وللاعتقال حملا • عقيدة او زبل باردا عسلا
وهكذا علاجه بالطب • في كل ما ينشا به من ضعف
الى ثلاث سنين وهو مني • لم تستعد لنهوض في البدن
ومن هنا اختلافه تعدله • حيث به مزاجه يعتدل
فان يغض كثيرا يفسد • مزاجه والمرقاد يطرد
حرارة الجسد تذهب بفقده • مع نضجه ولونه يفسده
الى تمام خمسة سنين الصبا • بعد نهوض لم يشدد عصبا
عند انتهاء نبات كل سن • حيث ابتدا التمييز في الذهن
ومن هنا ابتدا تعليمه • والحمية والتدريج في تفهيمه
مع حفظه من الهموم والغضب • والخوف والسهر الكثير والوصب
وصونه عن كل مكروه وعن • عنف وتشديد وغم وحزن
بل يلتهي بكل ما يحب • وبالحموم والمنام يربو

ثم يصان من فساد الهضم • وفضله ويقتني بالهضم
بالامتلا والاكل بعد الاكل • ينشو الغذا زين بجسم الطفل
وامنع من الاجبان والالبان • فللحصا فيه يولدان
واللحم في اردى الردا يوقفه • والاكل بعد ذوب ينفعه
بسبعة سن الشرع عنه اتصل • ثم الرهاق بعده نشو يحصل
ومن هنا ينظر ما يراد به • فليعط في تدبيره بحسبه
من قوة في العقل والتدبير • والفكر في سياسة الامور
او من مزيد الحفظ والتفهيم • وكثرة التعليم والعلوم
او قوة مع صحة في البدن • او من تشكل بشكل حسن
او صنعة ينفعها او ملكه • في كل ما يرجى له ان يدركه
او حسن اخلاق مع الاداب • وغيرها من سائر الاسباب
ويغتذي به [illegible] • كما وكيفا عادة وزمنا
اذ كل حين تنقص الرطوبه • دون الحرارة فزد ترطيبه
بغسله بسخن ماء والوسن • فانه التجفيف في نشو البدن
لسبعة اخرى ثبات الجسد • ولم اهوا نفرصا الجسد
ومن هنا الرياضة المعتدله • وكل تدبير مضى يعد له
ومثل هذا بعد الاستحمام • بسخن ماء داخل الحمام
تدرجا ببارد ينغمس • ثم سريعا للثياب يلبس
كذا الى رابع اسبوع اتى • حيث انتهى سن النمو والفتى
ثم [illegible] والوقوف المعتدله • من ها هنا الى اربعين يكتمل
ويحفظ الصحة فيه كل ما • الطلق مما ذكره تقدما

وسن

وسن كهل فاقد النشاط • من اربعين رزقا لانحطاط
وهو الى الستين فلتحفظ على • صحته بحفظها مكتملا
والشيخ من ستين ترخى همته • ايضا وتنحط سريعا قوته
فهو لفرط الضعف واحتياج • لجودة التدبير والعلاج
والبرد واليبس هما مزاجه • لذاك في ضديهما علاجه
بالدلك والادهان والحمام • والحار الرطب من الطعام
وبلحوم الطير ايضا والجدا • ثم بدريان يداوي السددا
وعسل ينفعه مع اللبن • وهو مع استمراره اكل حسن
وبعض الاحيان لطبيخ التين • في عسل وماء الزيتون
والعسل الدهن فليس جيد • والملزم الغليظ والمسدد
ثم يقل الغذا مع قصر • وقتا لذي قوى وهي فاز وم
يجزا الغذا وانطال الزمن • مع الرياضات على قدر البدن
والتعب والكد بكل يتلفه • وليكثر الراحة فهي تنفعه
والنوم والطيب فما انفعهما • والوطي موهن كاخراج الدما
وللذبول ذا العلاج يدفع • ومع حفظ قواه ينفع

بصحة الاعضاء

وحفظ صحة جميع الاعضا • براءة والعقل السليم مرضا
بحفظه الدماغ بالاهليلج • والعود واسطوخدوس واملج
والمسك والكافور ثم العنبر • واللوز والبندق ثم السكر
وبادرنجبويه ثم سعد • والدارصيني ثم دهن الورد
كذا مربا الزنجبيل وكذا • نعم الاطريفل جيد نعم الغذا

بكيها على البخار السخن ۰ ومسحها بمرود وقطن
وكل اسبوع بها يقطر ۰ من دهن مر اللوز اذ يهتن
وهكذا شياف ماميثاء مع ۰ قبولها نوازل العين تقع
ويتقا دخول شيء فيها ۰ وبارد الزهر الذي يجود بها
وتحدث التخم كالمنام ۰ بعد امتلاء البطن من طعام
ثم السواك بعظيم الشان ۰ للفم واللثة والاسنان
والراس والعين والصوت اعد ۰ وهو بها اجمعها نفعه يعم
به تشد لثة والحجر ۰ يمنعه ونكهة يعطر
هذا اذا عند فعله وما ۰ زاد فالاضرار او فسدا
و... كل صلب يوهن ۰ والحجر والبارد ايضا يضر
لاسيما البارد بعد السخن ۰ والعكس فهو مفسد للسن
وضرها مضغ العلك يكثر ۰ ونجم الماس لها يكسر
ويرض فيه دع وما يضرس ۰ وشانها يعفن مسوس
كالتمر والرطب والالبان ۰ كذا به الفساد للاسنان
وليتمضمض بالشراب والعسل ۰ من وضر الالبان من لها اكل
و... مع التخسيني ۰ نشاء وصمغ ود والتين
واللوز والزبيب والصنوبر ۰ وفلفل وكندر وسكر
وزيب سوس ثم حب العنصل ۰ وبزر قثا وشراب العسل
كجانة ايضا وبزر الكتان ۰ وبزر قطونا القرع والبستان
والفول والحلبة والحليب ۰ لكل صوت نفعه عجيب
وبزر فجل ثم حب الغار ۰ ثم الكثير ادمانه نفع سار

يزيد في العقل وفي صفاء ۰ ذهن وفي حفظ وفي ذكاء
وكندر وزنجبيل بالسوا ۰ دقا مع السكر لحفظ دوا
وهكذا ابريسم او عسل ۰ بلاذر ومثله قرنفل
وقلب هدهد وبزر حنا ۰ مع عسل جدا يقوي الذهنا
وضده الاجبون والسذاب ۰ والسكر حيث يكثر الشراب
والتوت والتفاح ثم الشمر ۰ وعنب وحلبة وبسر
والثوم والبصل والالبان ۰ وعدس ايضا وباذنجان
والفول والكزبرة الخضراء ۰ وهكذا الجبن والقثاء
ويابس الجبن وزعفران ۰ ووطء وصي جانب النسيان
والعين كل جمعة ان كحلت ۰ بالحضض يحفظها من مرضت
والغوص في بارد ماء صافي ۰ مع فتح عين من سفاه كافي
والكحل بالاثمد بل كل مدر ۰ دمعا وماء رازيانج سكر
والروشنايا وكذا الجواهر ۰ وفوق راس صب ماء فاتر
ودهن لوز قد حلو والقرع ۰ او البنفسج يكن نفع
وضدها جدا هواء بارد ۰ والسكر ايضا والجماع الزائد
والسهد والريح السموم والبكا ۰ وكحل نار ودخان وذكا
ورؤية الثلوج والغبار ۰ والقيء مع عنف ومع اكثار
ونظر المرء الدقيق ۰ بكثرة كذا وفي البريق
وكثرة الصياح مثل النوم ۰ لاسيما على القفا المذموم
واكل كل كامخ ومالح ۰ والفول والعدس غير صالح
ونجعه للاذن بالتعهد ۰ بقلع كل وسخ بها ردي

بقيه

وهكذا الخشخاش والكرنب • فيه لنفع الصوت ما يجب
وتقلب بالمسعد واللبين • يقوي وكهربا لو بهمنين
كذلك الياقوت والبيروزج • ولؤلؤ وعنبر وامسلج
والمصطكي والعود ثم الصندل • والورد والتفاح والسفرجل
والآس ثم المسك والكافور • والبادرنبويه والحرير
والدارصيني ولسان الثور • شبيه الاسطوخودس المشهور
كذا الطباشير مع الصنوبر • والسعد مع درنج وكندر
والزعفران وكذا القرنفل • كبابة فاقلة وسنبل
وقشر اترج وتمر هندي • وللطحال [illegible] والكبد
[illegible] • وللطحال [illegible] والكبد
اقفان ثم [illegible] وايضا • ما قد حوى مرارة وقبضا
كالهندبا وحب آس وكبر • ونعنع ثم الزبيب معتبر
واملج ربي كالسفرجل • في النفع والزيتون [illegible]
وقشر اترج كذا التفاح مع • سوس و[illegible] جوارش انفع
وكل ذي لطف لذيذ حلو • مناسب للكبد والطحال
والدارصيني [illegible] والفستق • والزعفران نافع والبندق
والمصطكي للكبد والصبر • والورد والسماق ثم [illegible]
[illegible] وانجامر ومربا ريبس • وخل عنصل هنا [illegible]
كزبرة يابسة والاذخر • وجوز بوا نافع والكندر
وشحم المشمش [illegible] • و[illegible] اذا ما [illegible]
وزاد [illegible] الشعير ضررا • بها [illegible] اذا [illegible]

ونجعه

[illegible] • الجيد الكمون و[illegible]
[illegible] • وكبابة فاقلة وسنبل ٢
وكل [illegible] • و[illegible] البيض و[illegible]
وساقي [illegible] • [illegible] ثم [illegible] الريحان
والحمص ثم [illegible] • وهكذا الجلاب ثم الفطر
[illegible] • والملح وسائر [illegible]
والجاو والحرف ثم الخردل • والثوم والكراث ثم البصل
ثم جماع [illegible] • [illegible] الانفس
ونظر المحبوب والتنزه • واللهو واللعب والتفكه
وشم كل طيب وعطر • و[illegible]
ومائه بمثله [illegible] • والاذكار والدلوك والحمام
و[illegible] • ويكمد النفوس والابدان
وشرب راكد المياه يفسد • لونا كذا الخل الكثير يكمد
والامتلا كذا مصفر • وشم كمون كاكل يصفر
وللشعر [illegible] مثل الآس • ونفعه في بدن وراس
ماء [illegible] • والدهن والبرشاوشان للشعر
كذا زبيب جبل [illegible] • واملج ما زاد [illegible]
ومصطكي [illegible] • ودهن [illegible] كالغالية
[illegible] الشعر من الشفاق • [illegible] والعقرب باتفاق

فصل [illegible]

ثم على المسافر ان يعتني • [illegible] بحيث يمكن

حرا على المهجة بالتلاف ٭ بحسن تدبير من الاتلاف
فانه مهما رقى لما يتلف ٭ وهذه بحل وفق يختلف
في اكله وشربه والصوم ٭ وتعب يضر اكل يوم
ولا يساير دوا امتلا معى ٭ يخرج ما منه الا اذا قسا
ولا يسر ممتليا من الغذا ٭ فهذا بالتخمة من الشرب الا اذا
الا اذا استدعاه او تسادا ٭ شيئا قليلا اليسير يوجب امتلا
قوى والنوم دواء التخمة ٭ والوطى فيه اية محتمة
وكل ما اليه يحوج السفر ٭ يقاد قدر بحاكسعي وسهر
وقلة الماكول والشرب وما ٭ يالفه المسافرون مطعما
وخيره ما قل كما وكثر ٭ تقوية الكيفو مقتصر
واللوز نشر دهنه كل عسلي ٭ جوع يقوي مدة ان اكلا
وذايب الشمع بزيت دهن ٭ ينفسح عن اكل عشر يغني
كذا المهما من كبود تشوى ٭ وبالزوجات وشحم اقوى
٭ شرب مثقال بزر رجله ٭ على الضما يا كل يا كل يكفي المطله
ومن بخار مزج الماء اذ يشفي ٭ غليله بالنزر منه واكتفى
ويتقي المعطشات مثل ما ٭ كسمك وليزوم ما علا
ويتقي الحر بغير تشو ٭ من حر شمس وعنا وهوا
يجد ستر الراس غاية الضرر ٭ من حر شمس واللهيب من سفر
والوجه يطلى بالزوجات وما ٭ له لعاب ان اذا اصل بسما
نحو الخطمي ونقيع الكعك مع ٭ بياض بيض ان ذي الشمس وقع
والورد والكافور اذ جعل ٭ بالراس ثم ماء رجلة طلا

والصدر

والصدر يطلى بلعاب مثل ٭ بزر القطونا وبماء البقل
والبهم والامر بالتشاو ٭ لشمها خوف السموم الحام
وغسل الوجه بماء بارد ٭ عظيم نفع عندهم واجد
وبعده الرجل الى السياحة ٭ تزيل ضر الحر بعد راحة
وليعلم والمحرور يشرب ما ٭ بل يتمضمض او عند الظما
مرتبة القطشان في الحبق ٭ مع السموم جانب للحبق
وشرب دهن الورد بالماء لدى ٭ حر السموم قبل ما اصعدا
وقيل ان شرع في المسير ٭ يستعمل السويق من شعير
والضعف او ياخذ من شراب ٭ فاكهة يقوي الذهاب
وينفع الصلب بحر جسد ٭ دهن بنفسج ودهن ورد
مرخا ودهن لب قرع شربا ٭ ونشربه وع لارفيق الصهبا
وسعر البرد كثير الضرر ٭ يجمد وقاتل بالحصر
فكم به من مستعد قد قتل ٭ يكيف بالمرء فيه ولمقل
وكم ببرده الشديد اتلفا ٭ حسا ونفسا واماتا طرفا
وذو الخلو لا يسر والممتلي ٭ من الغذا بل بعد هضم اول
وبعده الرحل اكل السخن ٭ مسخن والجوز كل بالسمن
والثوم والحلتيت ثم الخردل ٭ لكسر ذي والطلا يستعمل
ومن يعمل بالدهن والاطلا ٭ حين نزوله يجد منه ابتلا
وامزجه بالحار من الادهان ٭ كدهن سوسن ودهن بان
والزيت مما فيه دربا فيه ٭ جدبع سر خفر فرفيه
لاسيما اذا بنحو فلفل ٭ او فربيون فاطنا في العمل

وما سلجم دواء الطيور • بالوضع فيه ان تناذا بالعرب
كماء شيح و بابونج وما • بابونج او ما حرب او هما
و نشوع والقنة للطراف • من بردها هذا الدواء الشافي
كذا الاطراف ثم بالجرموق • واسعه التابع للخروق
وترك الاطراف بلا تحريض • ساخنة محرك المريض
وقيل بارد ما شما • ان غمست اذهب عنه السم
ثم اذا بدا عضو يكمد • فشرطه محتم مسود
وليخرج المسود من دماء • والعضو مغموس بسخن الماء
ثم يحل مع طين ارمني • يطلى فيه بعضه من عفن
ان اذا استوا واخضر الدم • من عفن بقطعه او التلف

فصل في اختلاف الماء

ثم اختلاف الماء منه يعرض • لمن ضعف بالمشي ومرض
ويحمى من ريافه اكل البصل • ايضا وثوم ثم خس مع خل
والطبخ والخبز بطين الوطن • بل حل طين ذايع العفن
ومزج ماء بلد باخر • وهكذا الى انتهاء السفر
ثم هو امضى الربوبي ابعه • وهي ارض الاجنبي ذا ابعه
واخذ رباس عليه جيد • وقابض الفواكه المبرد
كالنبق والتفاح والسفرجل • والاكل قبله اخر الماكل
وصف بالشب الغليظ والكدر • والثوم بعده يدافع الضرر
والمراد ركه يجلب معه • والحلو والدسم كذا نفعه
والعفص الشيء بالطين • وبالشراب بعده للمعتني

وملح

وملح بشر بخل يصلح • او السكنجبين فهو اصلح
او نفع حب الاترج المشروب • منه او الزعرور والخروب
وماء [illegible] والعلق • لامصي من بداء ضيق
ولبس للاعياء كالحمام • والدلك بالادهان والمنام
مع الغطاء والوطاء الطيب • وعوده يذهب كل نصب
والشمع المكشف له دواء • وماء ورد بارد والماء
ولشقاف الرجل في الاسفار • من نفعه به بماء حار
رطب الكثير اثم زفت اجزا • والعفص مع ذا بالشحم المعزا
ثم ما وردتم من نظم • [illegible]
والحمد لله على اتمامه • شكرا على الجزيل من انعامه
ثم على نبينا التهامي • ازكى صلاة الله والسلام
واله ما صحت الاجسام • ومسك المبدا والختام

انتهى عند صلاة الفجر يوم الخامس عشر
من ربيع الانور سنة اثنين وثمانين
ومائتين يوم الثلاثاء عشر
والطف الله لكاتبه ولمولفه
بجاه من تضح اوراقه
اللهم امين
ه